

PAN FRANCÉS

Modo de PREPARACIÓN

- 1.- Batir el medio huevo con 1 cucharada de esencia de vainilla. Con una brocha barnizar el pan con la mezcla. Reservar.
- 2.- Rebanar las fresas y saltearlas con la margarina a fuego bajo. Agregar 1 cucharada de esencia de vainilla y la nuez moscada. Dejar cocinar de 3 a 5 minutos.
- 3.- Calentar el aceite y freír los panes previamente preparados.
- 4.- Mezclar el sustituto de azúcar con la canela en polvo y espolvorear los panes.
- 5.- Servir sobre el pan la fresa previamente cocinada.

Lista de INGREDIENTES

Pan de caja	3 piezas
Huevo	½ pieza
Esencia de vainilla	2 cucharadas
Margarina sin sal	1 cucharada
Sustituto de azúcar	1 cucharada
Canela en polvo	1 cucharada
Fresa rebanada	1 taza
Nuez moscada	1 pizca
Aceite	3 cucharadas

Tip pacientes EN DIÁLISIS

Además de los ingredientes iniciales, en los pacientes en diálisis se agregará 1.5 cucharada de queso cottage y 2 claras de huevo.

Barniza los panes con las claras y la preparación original. Y agrega el queso cottage encima de los panes junto con la fresa rebanada.

Modificación para pacientes con alteración DE FÓSFORO Y/O POTASIO

De los ingredientes originales, se sustituye la fresa por 1 pieza de manzana.

En la preparación en lugar de rebanar las fresas, se debe rebanar la manzana finamente y saltearla con margarina hasta que este suave. Agregar 1 cda de esencia de vainilla y la nuez moscada.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

VERSIÓN ORIGINAL

Calorías (cal)	Proteína (g)	Grasa (g)	Hidratos de carbono (g)	Fibra (g)	Líquidos (ml)	Sodio (mg)	Fósforo (mg)	Potasio (mg)
705.7	14.6	44.5	61.7	10.7	212	229	242	472

MODIFICACIÓN PARA DIÁLISIS

Calorías (cal)	Proteína (g)	Grasa (g)	Hidratos de carbono (g)	Fibra (g)	Líquidos (ml)	Sodio (mg)	Fósforo (mg)	Potasio (mg)
758.5	24.7	45.3	63	10.7	288	438.6	288	590

VERSIÓN BAJA EN POTASIO/FÓSFORO

Calorías (cal)	Proteína (g)	Grasa (g)	Hidratos de carbono (g)	Fibra (g)	Líquidos (ml)	Sodio (mg)	Fósforo (mg)	Potasio (mg)
706.1	13.9	44.5	62.5	8.8	155	227.5	213.6	311.2

VERSIÓN BAJA EN POTASIO/FÓSFORO PARA DIÁLISIS

Calorías (cal)	Proteína (g)	Grasa (g)	Hidratos de carbono (g)	Fibra (g)	Líquidos (ml)	Sodio (mg)	Fósforo (mg)	Potasio (mg)
758	24	45.2	63.8	8.8	231	437	259	429

